



**HENRIK KOK NATURLIGT VIS &
PSYKOLOG MARTINA DATAVS AB**

MINDFULNESS FÖR BEHANDLARE

**ATT ANVÄNDA MINDFULNESS I
PATIENTMÖTET OCH FÖR EGET
VÄLBEFINNANDE**

Att vidmakthålla sin egen mindfulnesssträning kan vara en utmaning. Vill du ha chans att stärka dina mindfulnessfärdigheter och få ny inspiration? Under två dagar får du prova på övningar från DBT och MBKT, och reflektera tillsammans med kollegor. Fokus är på mindfulness i patientmötet, och för att ta hand om dig själv som behandlare.

naturligt-vis.se

psykologmartinadatavsab.com

**För dig som
arbetar med DBT,
ACT, MBKT ERGT
eller använder
mindfulness som
inslag i KBT**

**Observera
Beskriva
Delta
Icke-värderande
Observera gränser
Hantera sårbarhet
Medkänsla med
sig själv och andra**

**Meditation
i stillhet och
i rörelse**

**NÄSTA KURS
PLANERAS TILL
HÖSTEN 2020**

I Göteborg

Kan även ordnas på
önskemål vid minst 15
deltagare
Kostnad: 3900/person

Frågor?:
henrik.kok@naturligt-vis.se
tinadjohansson@gmail.com